

こんにちは、給食委員会です。

11月12日(火)今日の献立は

ボンゴレガーリックライス
2色のさつまいもグラタン
ベーコンポテトスープ
牛乳

今日のおすすめは 2色のさつまいもグラタンです。

2色のさつまいもグラタンの中に入っている
さつまいもには、食物繊維が豊富に含まれ
ています。他にもカリウム、カルシウムなども豊富
に含まれています。ビタミンCやビタミンB1、B2
も豊富です。黄色とむらさき色のさつまいもにも、
注目して見てください。

給食室のみなさんに感謝して食べましょう!